"El buen humor fortalece la motivación individual y colectiva"

"Las cosas serias, con humor, son igual de trascendentes, pero más llevaderas"

"Las emociones positivas nos vuelven más creativos y nos permiten tomar mejores decisiones"

Eduardo Jaúregui • Psicología positiva

Doctor en Ciencias Políticas y Sociales. Ha dedicado varios años al estudio académico del humor en prestigiosas universidades europeas (Oxford, London School of Economics, Instituto Universitario Europeo). Pionero en la aplicación del humor en el entorno laboral, lo emplea innovando en cultura interna y comunicación para aquellas empresas con las que colabora.

Nacido en Oxford, pasó su infancia y juventud entre Oxford, Madrid y Los Ángeles. Licenciado en Psicología Social (London School of Economics) obtuvo un Máster en Antropología Social (Oxford University) y demostró que se tomaba muy "en serio" el humor cuando eligió elaborar su Tesis Doctoral en Ciencias Políticas y Sociales con una tesis sobre la risa.

Es uno de los conferenciantes más demandados para hablar sobre temas como el sentido del humor, las emociones positivas o la psicología positiva, y ha dado cientos de ponencias en foros tan prestigiosos como el Royal Institution of Great Britain, La Casa Encendida de Madrid, los cursos de verano de la UIMP o las conferencias TED. Ha intervenido en innumerables ocasiones en medios de comunicación de primer orden.

Es Profesor del Departamento de Business and Social Sciences de Saint Louis University (Campus de Madrid) donde imparte clases de Psicología Positiva, entre otras materias y es autor de libros como "El sentido del humor: manual de instrucciones", "Alta diversión: los beneficios del humor en el trabajo", "Amor y Humor", "Conversaciones con mi Gata", "Juicio a los Humanos" y más de 80 artículos en revistas académicas y en prensa.

Junto con Jesús Damián Fernández fundó Humor Positivo, una consultora especializada en la aplicación del sentido del humor y las emociones positivas en el trabajo. Hace unos años instauraron en España el "Día Internacional de la Diversión en el Trabajo" y ante la situación de crisis en que nos encontramos proponen el "Plan de Rescate Humorístico".